

SOSIAALINEN MEDIA HOITOTYÖN TUkena

Sipilä Maria

2588740

Kandidaatintutkielma

Hoitotieteen ja
terveyshallintotieteen

tutkimusyksikkö

Hoitotiede

Oulun yliopisto

Syyskuu 2019

Oulun Yliopisto
LKT, Hoitotieteen ja Terveystieteiden tutkimusyksikkö, Hoitotiede

TIIVISTELMÄ

Sipilä Maria: Sosiaalinen media hoitotyön tukena

Kandidaatintutkielma: 28 sivua + 1 liite
Syyskuu 2019

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvailla sosiaalisen median hyödyntämistä hoitotyössä. Tavoitteena on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen keinoin koostaa tietoa sosiaalisen median käyttömahdollisuuksista ja käyttöön liittyvistä kokemuksista hoitotyössä.

Tutkielma toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsauksen aineiston tiedonhaku toteutettiin heinäkuussa 2019 neljään eri tietokantaan: CINAHL, Medic, Scopus ja ProQuest. Sisäänottokriteerien perusteella lopulliseksi aineistoksi valikoitui seitsemän kansainvälistä, vertaisarvioitua artikkelia. Aineisto analysoitiin kuvailevan synteesin avulla.

Tutkimustulosten mukaan sosiaalisella medialla on potentiaalia viestintävälineenä hoitotyössä, mutta verkkoyhteisöjen käyttämiseen hoitotyössä liittyy kehitettävää ja haasteita. Sosiaalista mediaa hyödynnetään potilasohjauksessa ja sen avulla voidaan antaa terveyttä edistävää tai hoitoon liittyvää tietoa, sekä tukea asiakkaiden omahoidon toteutumista ja vertaistuen saamista. Suurin uhka liittyy asiakkaiden tai potilaiden tietosuojaan liittyviin ongelmiin ja lisäksi kaikkien asiakkaiden mielestä verkossa tapahtuva etäviestintä ei korvaa kasvotusten tapahtuvaa viestintää laadullisesti.

Tutkimustulosten mukaan sosiaalisen median avulla on mahdollista uudistaa nykyistä terveydenhuoltoa. Tutkimuksessa saatua tietoa voidaan hyödyntää hoitotyössä palveluiden ja hoitotyön interventiodien kehittämistyössä. Suomalaista tutkimustietoa sosiaalisen median käyttämisestä hoitotyössä tarvitaan lisää.

Avainsanat: sosiaalinen media, sähköiset terveyspalvelut, hoitotyön interventio

SISÄLTÖ

Tiivistelmä

1.	JOHDANTO	1
2.	TYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	3
2.1	Sosiaalinen media	3
2.2	Sähköisten palveluiden kehittäminen hoitotyössä	5
2.3	Hoitotyön interventioiden kehittäminen	6
3.	TUTKIMUKSEN TAVOITE, TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYS	9
4.	KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTTAMINEN	10
4.1	Aineiston keruu ja valinta	10
4.2	Aineiston analyysi ja kuvaus	14
5.	TULOKSET	15
5.1	Sosiaalisen median käyttö	15
5.2	Positiiviset ja negatiiviset kokemukset	16
5.3	Haasteet sosiaalisen median käytössä	18
6.	POHDINTA	19
6.1	Tutkimustulosten tarkastelu ja johtopäätökset	19
6.2	Tutkimuksen luotettavuus	22
6.3	Jatkotutkimusaiheita	23
	LÄHTEET	25

1. JOHDANTO

Tuleva sosiaali- ja terveydenhuollon uudistus tulee muuttamaan ammattilaisten työtehtäviä ja -sisältöjä palveluiden keskittämisen, palvelun tarjoajien monimuotoistumisen sekä digitaalisten palvelumuotojen käyttöönoton lisääntymisen vuoksi (Kangasniemi 2017). Työprosessien muutokset, erityisesti digitalisoituminen tulevat edellyttämään toimijoilta uusia toimintatapoja ja uutta osaamista työn tekemiseen (Korhonen ym. 2015). Sosiaali- ja terveystieteiden digitaalilinjausten (2016) mukaan digitalisaatio merkitsee toimintatapojen uudistamista, sisäisten prosessien digitalisointia sekä palveluiden sähköistämistä. Tavoitteena tulevaisuudessa on muuttaa omaa toimintaa uudella tavalla tietotekniikan avulla.

Terveydenhuollossa potilaat käyttävät yhä enemmän sosiaalista mediaa kommunikointiin ja tiedon jakamiseen (Van De Belt ym. 2010). Suomalaisista 65 prosenttia käyttää internetiä terveyteen, sairauksiin ja ravitsemukseen liittyvän tiedon etsimiseen (Suomen virallinen tilasto 2018). Internetistä asiakkaat löytävät henkilökohtaisesti ja oikea-aikaisesti tarvitsemaansa aiheeseen liittyvää tietoa (Watson 2012). Harris ym. (2014) näkee, että yksi suurimmista julkisen terveydenhuollon haasteista on tieteellisestä tutkimuksesta kertovan tiedon levittämisen ja sen toteuttamisen puute. Ammattilaisia miellyttävät erityisesti kysymykset vaihtoehtoisuuteen, yksityisyyteen sekä vastuukysymyksiin liittyvät asiat ohjeistuksen puuttumisen vuoksi (Hukka 2014). Hoitotyössä teknologisten innovaatioiden käyttöönottoa vaikeuttavat uudistuksen tuntemattomuus, tiedonhankintataitojen vähäisyys sekä ohjeistuksen puuttuminen (Rajalahti 2014). Innovatiivinen tekniikka muuttaa hoitajien toimenkuvaa, joten sen vuoksi sosiaalisen median käytöstä hoitotyössä tulee oppia enemmän (Wolf ym. 2014).

Sosiaalisella medalla on yhä tärkeämpi merkitys yhteiskunnassamme ja sitä käytetään monenlaisiin tarkoituksiin ja mobiililaitteiden avulla sosiaalista mediaa on helppo käyttää missä ja milloin tahansa (Kaplan & Haenlein 2010). Sosiaalinen media voi lisätä terveyden tasa-arvoa mahdollistamalla ammattilaisapua, neuvontaa ja online-palveluja myös syrjäisemmille seuduille (Hukka 2014). Omaan terveyteen ja hyvinvointiin liitty-

vän tiedon lisäämisellä asiakkaiden hallinta omasta tilanteestaan myös kasvaa (Åkesson ym. 2007).

Terveystieteiden organisaatiot eivät osaa vielä hyödyntää sosiaalisen median potentiaalia niin kuin muut yritykset. On jo nähtävissä, että yksityiseltä puolelta tuttu kilpailu asiakkaista siirtyy myös julkiselle puolelle. Tulevaisuudessa verkkopalveluista tarvitaan muutakin tietoa kuin aukiolo- ja osoitetiedot, ja siksi kansalaisten terveydestä ja hyvinvoinnista vastuussa olevien organisaatioiden läsnäoloa tarvitaan sosiaalisessa mediassa (Hukka 2014). Kaakinen ym. (2014) mukaan teknologia-avusteisia elintapainterventioita varten tekniikka on olemassa, mutta sen käyttämiseksi tarvitaan luovia ja rohkeita ratkaisuja. Uudessa mediaympäristössä tarvitaan terveydenhuollon ammattilaisia ohjaamaan tietovirtoja kohti luotettavaa suuntaa (Matikainen & Huovila 2017).

Tämän kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on kuvailla, miten sosiaalista mediaa hyödynnetään hoitotyössä. Tutkimuksen tavoitteena on koostaa tietoa sosiaalisen median käyttömahdollisuuksista ja sen käyttöön liittyvistä kokemuksista. Ajatus sosiaalisen median tutkimisesta nousi käytännönäytöstä; millä tavoin voisin hoitajana hyödyntää sosiaalisen median mahdollisuuksia. Tutkimuksesta saatua tietoa voidaan hyödyntää hoitotyön viestinnän, palveluiden ja interventioiden kehittämistyössä.

2. TYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

2.1 Sosiaalinen media

Sosiaalinen media määritellään osaksi internet-pohjaisia verkkosovelluksia, jotka perustuvat Web 2.0:n ideologisiin ja teknologisiin perusteisiin, joiden avulla voi tuottaa ja vaihtaa erilaista sisältöä (Kaplan & Haenlein 2010). Sosiaalisella medialla tarkoitetaan uudenlaisia käyttäjän aktiivisuutta korostavia verkkoympäristöjä, joissa viestintä on vuorovaikutteista ja verkostoitunutta. Siinä käyttäjät ovat aktiivisia sisällön tuottajia, sekä viestintä on usein hajautunutta, eikä sitä ole säädelty kuten tavallista mediaa. (Mätkäinen & Huovila 2017.)

Sosiaalisen verkostoitumisen sivut ovat sovelluksia, joiden avulla käyttäjät voivat muodostaa yhteyksiä muihin henkilöihin luomalla henkilökohtaisia profiileja ja kutsumalla tuttuja pääsemään kyseisiin profiileihin ja lähettämällä viestejä toistensa välillä (Kaplan & Haenlein 2010). Nämä henkilökohtaiset profiilit voivat sisältää monenlaisia tietoja tai tiedostoja, kuten valokuvia, videoita, äänitiedostoja ja blogeja (Kaplan & Haenlein 2010; Kohvakka & Saarenmaa 2019). Tilastokeskuksen vapaa-ajan tutkimuksen mukaan vuonna 2017 suomalaisten keskuudessa suosituimmat sosiaalisen median alustat olivat Whatsapp (68%), Facebook (55%), Messenger (37%), Instagram (33%) Snapchat (18%), LinkedIn (12%) ja Twitter (11%).

Whatsapp on pikaviestipalvelu älypuhelimille ja sen avulla voi keskustella yhden henkilön tai ryhmän kanssa, jossa on enintään 256 henkilöä. Sillä pystyy lähettämään tekstin lisäksi kuvia, videoita, GIF-animaatioita, ääniviestejä ja soittamaan ääni- ja videopuheluita. (Whatsapp 2019.) Facebook on internetissä toimiva mainosrahoitteinen yhteisöpalvelu. Sivustolla voi luoda kuvallisen käyttäjäprofiilin ja pitää yhteyttä ystävien kanssa jakamalla tekstejä, kuvia tai videoita tai liittyä erilaisiin yhteisöihin (Facebook 2019). Messenger on Facebookiin integroitu viestintäsovellus, jolla voi jakaa tekstiä, kuvia, videoita ja GIF-animaatioita yhden tai korkeintaan kuuden kaverin kanssa (Messenger 2019). Instagram on sosiaalinen verkosto, jossa voi jakaa kuvia ja videoita, sekä tykätä

ja kommentoida muiden kuvia (Instagram 2019). Snapchatin avulla voi jakaa tekstiä, videoita ja kuvia kavereille tai Snapchatin koko yhteisölle (Snapchat 2019).

LinkedIn keskittyy verkostoitumiseen ja yhteydenpitoon työmarkkinoilla. Käyttäjät voivat ladata palveluun ansioluettelonsa ja muita tietoja itsestään (LinkedIn 2019). Van de Belt ym. (2012) mukaan Länsi-Euroopan sairaaloissa LinkedIn -palvelua osataan jo hyödyntää ammattilaisten rekrytoinnissa apuna. Twitter on yhteisö- ja mikroblogipalvelu, jonka käyttäjät pystyvät lähettämään ja lukemaan toisensa tekstipohjaisia lyhyitä päivityksiä, jotka voivat sisältää enintään 280 merkkiä (Twitter 2019). Harris ym. (2014) pitää Twitteriä esimerkkinä mahdollisuudesta jakaa terveyttä edistävää, näyttöön perustuvaa tietoa laajalle yleisölle.

Watson (2012) mukaan blogi -toiminnot tarjoavat helpon keinon julkaista tieteellisiä julkaisuja. Sairaanhoidajien ja muun terveydenhuollon henkilöstön tulisi oppia hyödyntämään blogi -toimintoja keskinäisessä verkostoitumisessa, koulutuksessa sekä tiedon jakamisessa asiakkaille (Watson 2012). Blogit ovat olennainen osa verkossa tapahtuvaa terveydenhuollon kehittämistä ja niiden avulla tiedonkulku voi muuttua käyttäjäystävällisemmäksi, vuorovaikutteisemmaksi ja tehokkaammaksi (Miller & Bole 2010). Esimerkiksi Suomessa Terveyden ja hyvinvoinninlaitos julkaisee asiantuntijoiden näkemyksiä ajankohtaisista asioista terveyteen ja hyvinvointiin liittyen (THL 2019).

Sosiaalisen median arkipäiväistyy ihmistenvälisessä viestinnässä ja sitä myötä kasvaa julkisen sektorin aktiivisuus sosiaalisessa mediassa (Hukka 2014). Sosiaalinen media on muuttanut terveydenhuollossa asiakkaan ja ammattilaisen välistä suhdetta. Potilaat etsivät internetistä tietoa lääketieteellisestä tilastaan samaan aikaan, kun ovat vuorovaikutuksessa terveydenhuollon ammattilaisen kanssa. (Colineau & Paris 2010.) Sairastuneelle oman luonnollisen lähipiirin merkitys on tärkeä, mutta sosiaalisen median kautta löytyy helposti vertaistukea, joiden on helppo ymmärtää sairastuneen kokemuksia samalla ylläpitäen tietynlainen tunne-etäisyys asiaan (Colineau & Paris 2010). Antheuniks ym. (2013) mukaan potilaiden tärkeimmät sosiaalisen median käyttöä estävät tekijät ovat yksityisyyteen liittyvät huolet ja tiedon epäluotettavuus. Ammattilaisten mielestä esteitä sosiaalisen median käyttämiseksi ovat taitojen puute ja ajatus tehottomuudesta (Antheunis ym. 2013). Smailhodzikin ym. (2016) tuovat esille kirjallisuuskatsaukses-

saan, että potilaiden sosiaalisen median käyttö lisää heidän tasa-arvoisuutta ammattilais-ten kanssa sekä tekee vuorovaikutuksesta harmonisempaa.

McGowan ym. (2012) mukaan amerikkalaislääkärit pitävät sosiaalista mediaa nykyai-kaisena, helppokäyttöisenä ja hyödyllisenä tiedonvälityskeinona, jolla pystyy jakamaan korkealaatuista tietoa. Eurooppalaisissa sairaaloissa sosiaalisen median käyttäminen on myös lisääntymään päin. Eniten sosiaalista mediaa hyödynnetään Alankomaissa ja Isos-sa-Britanniassa ja suosituimpia verkkoalustoja ovat Youtube, LinkedIn ja Facebook (Van de Belt ym. 2012.) Sosiaalinen media voi antaa välineitä painopisteen siirtämis-esä terveyttä edistävään näkökulmaan, asiakkaiden osallistamiseen sekä oman vastuun korostamiseen, mutta se edellyttää muutoksia sekä hallinnolta että työntekijöiltä (Hukka 2014).

2.2 Sähköisten palveluiden kehittäminen hoitotyössä

Suomalaiset sijoittuvat eurooppalaisessa mittakaavassa kärkeen internetin käytön suh-teen, sillä vuonna 2018 jo 88 prosenttia suomalaisista käytti internetiä asioiden hoitami-seen, viestintään, medioiden seuraamiseen ja tiedon hakuun (Kohvakka & Saarenmaa 2019). Terveystenhuolto on isojen haasteiden edessä väestön vanhetessa ja palvelun tarpeiden kasvaessa. Väheneviä voimavaroja pitää kohdentaa tarkemmin ja etsiä uusia ratkaisuja. Terveystenhuollon organisaation viestinnän näkökulmasta muutos merkitsee sitä, ettei vanha yksisuuntainen tiedottaminen enää riitä. (Torkkola 2014.) Sähköisten palveluiden avulla kansalaiset voivat ottaa osaa palveluiden suunnitteluun ja tehostaa niiden toteutumista sähköisen viestinvälityksen avulla (Åkesson ym. 2007).

Sähköisten palveluiden avulla luodaan uudenlaisia ja asiakaslähtöisiä palveluratkaisuja terveyden ja hyvinvoinnin edistämistyöhön ja omahoidon toteuttamiselle (Jauhiainen & Sihvo 2014). Sähköisten palveluiden kehittämistyöllä pyritään tukemaan kansalaisten omahoitoa ja oman terveyden hallintaa helpottamalla palveluiden löytämistä ja niihin hakeutumista (Lindqvist 2016). Jauhiaisen ym. (2014) mukaan kansalaisilla on hyvät perusvalmiudet sähköisten palveluiden käyttöönottamiselle niin asenteellisesti kuin tek-nillisestikin.

Uusi informaatioteknologia antaa ennennäkemättömiä mahdollisuuksia tutkimusaineistojen käsittelylle sekä tieteellisten julkaisujen avoimelle saatavuudelle. Internet tarjoaa loistavan kanavan, jossa tutkimuksen tuloksia voidaan välittää kaikille kansalaisille. (Niiniluoto 2015; Harris ym. 2014.) Tiedon vastaanottajalta edellytetään kuitenkin vahvaa yleissivistystä ja kykyä arvioida saamaansa tietoa (Niiniluoto 2015). Sen vuoksi onkin tärkeää järjestää asiakkaille tukea ja opetusta digitaalisten palveluiden käytössä (Jauhiainen ym. 2014; STM 2016). Juholinin (2017) mukaan digimaailmaan kasvaneilla nuorilla on erilaiset viestintätottumukset kuin edeltäjillään. Työelämän viestinnän suurimpana haasteena on luoda kulttuuri, joka vahvistaa luottamusta sekä keskinäistä dialogia parantaen siten organisaation menestystä.

Tieto kulkee myös toisin päin - verkkokeskustelujen seuraaminen ja ymmärtäminen voivat avata uusia sairauden hoitamisen ja terveyden edistämisen käytäntöjä terveydenhuollon ammattilaisille mahdollisuutena kuulla asiakkaiden ja potilaiden ääntä ja palautetta terveyspalveluista (Torkkola 2014). Terveydenhuollon ammattilaiset tarvitsevat organisatorista ja kollegiaalista tukea digitalisoinnin integroimiseksi käytännön hoitotyöhön. Tekniikan käyttämiseksi hoitohenkilökunta tarvitsee säännöllisesti omiin tarpeisiin soveltuvaa koulutusta. (Konttila ym. 2019.)

Sosiaali- ja terveysministeriön Sote-tieto hyötykäyttöön 2020-strategian keskeisenä tavoitteena on, että kansalainen asioi sähköisesti ja tuottaa tietoja sekä omaan että ammattilaisen käyttöön. Tavoitteena on toteuttaa kansallinen terveys- ja hyvinvointitietojen hallinta-alusta, jonka yhteyteen toimijat rakentavat keskeisimmät sähköiset omahoitoon liittyvät asiointipalvelut. Sähköisistä asiointipalveluista sähköistä ajanvarasta, etuuksien ja palveluiden hakemista, käsittelyprosessin seuranta ja turvallista viestintää on tarkoitus parantaa. Sähköisten palveluiden avulla hoitoon pääsy helpottuu syrjäisemmillä seuduilla ja matkustamisen tarpeet vähenevät (Akesson ym. 2007).

2.3 Hoitotyön interventioiden kehittäminen

Yleisen määritelmän mukaan interventio on väliintulo tai toimenpide, jolla pyritään vaikuttamaan yksilön tai ryhmän käyttäytymiseen tai terveydentilaan (Duodecim 2019).

Hoitotyössä interventio voi sisältää erilaisia hoitotyön toimintoja, joita terveydenhuollon ammattilainen toteuttaa asiakkaan puolesta tai hänen kanssaan (Pölkki 2014). Interventio voi olla yksinkertainen, jolloin se ei vaadi pitkäaikaista kehittämistyötä, mutta hoitotyössä interventiot ovat usein monimuotoisia (Polit & Beck 2017; Corry ym. 2013). Hoitotyön interventiot koostuvat useista erillisistä vuorovaikutuksellisista elementeistä, jotka vaikuttavat intervention toimintaan, joten sen vuoksi ne vaativat pidempiaikaista tutkimus- ja kehittämistyötä (Polit & Beck 2017; MRC 2008).

Interventioiden vaikuttavuutta tulee arvioida tehokkuuden ja kustannusten näkökulmasta ja hyvälle interventiolle on lisäksi ominaista, että se on turvallinen, muuntautuva ja helppokäyttöinen (Polit & Beck 2017). Ammatillisen ja poliittisen kehittymisen vuoksi laadukkaan hoitotyön vaatimuksena on tarjota ja kehittää näyttöä käytännöntyön tukemiseksi (Corry ym. 2013). Käytännössä hoitotyön toiminnoista vain pieni osa perustuu tutkittuun näyttöön ja tämän vuoksi tulevaisuudessa hoitotieteen tutkijoiden on tärkeää keskittyä kehittämään hoitotyön interventioita ja testaamaan niiden vaikuttavuutta yhä enemmän (Pölkki 2014). Interventioiden kehittämisprosessin tulee olla systemaattista ja kehitystyössä tulisi käyttää vain parasta mahdollista saatavilla olevaa näyttöön perustuvaa tietoa (Polit & Beck 2017; Craig ym. 2008). Interventioiden toteuttamiseen on olemassa erilaisia teorioita (Polit & Beck 2017) ja Corryn ym. (2013) kirjallisuuskatsauksen mukaan MRC:n päivitetty intervention kehittämisprosessimalli näyttää olevan hoitotyön tutkimuksissa yleisimmin käytetty ohje interventioiden kehitysprosessissa. Interventio prosessiin kuuluu (1) suunnittelu, (2) toteutettavuus ja pilotointi, (3) arviointi ja (4) käyttöönotto (MRC 2008).

Intervention suunnitteluvaiheessa määritellään ja kuvataan intervention kohteena oleva ongelma ja määritetään intervention toteutus. Suunnitteluvaiheessa tutustutaan aiheen teoreettiseen taustaan. (MRC 2008.) Tärkeää on myös tunnistaa, minkälaisia aikaisempia tutkimuksia tai interventioita aiheesta on tehty (Craig ym. 2008). Toteutettavuus ja pilotointi -vaiheessa arvioidaan intervention sisältöä ja toteutusta, testataan toimivuutta sekä määritetään tutkimusasetelman koko (MRC 2008). Arviointi vaiheessa intervention toteutettavuutta voidaan arvioida pienoistutkimuksen tai asiantuntijapaneelin arvioinnin avulla, jossa tarkoituksena on ymmärtää muutosprosessia, sekä kiinnittää huomiota intervention tehoon ja kustannustehokkuuteen (Craig ym. 2008). Käyttöönotto -vaiheessa vaikuttavaksi arvioitu interventio otetaan valvotusti käyttöön ja pyritään levittämään

laajasti ammattilaisten käyttöön (MRC 2008; Polit & Beck 2017). Olennaista on, että interventio voidaan toistaa luotettavasti erilaisissa ympäristöissä (Polit & Beck 2017). Interventioprosessi on pitkäaikainen ja seuranta jatkuu vielä käyttöönoton jälkeen. (Craig ym. 2008).

Sosiaalista mediaa voidaan pitää teknologia-avusteisena interventiona. Teknologia-avusteinen interventio tarkoittaa ohjausta, joka tapahtuu osittain tai kokonaan sähköisesti esimerkiksi internetin, tietokonepelien, sähköpostin, tekstiviestien tai videoiden muodossa (Kaakinen ym. 2014). Teknologia-avusteiden interventioiden tulee olla sekä asiakas- että ammattilähtöisiä. Kehitystyötä tulee toteuttaa tarvelähtöisesti ja kustannustehokkaasti (Jeon & Seon 2016). Toimintamallien uudistamistyössä yhteistyö on moniammatillista ja tavoitteena on, että henkilöresursseja voidaan käyttää järkevämällä tavalla. Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöillä tulisi olla käytössä työtä ja sen toimintaprosesseja tukevia tietojärjestelmiä ja sähköisiä sovelluksia, joissa heillä olisi käytettävissään nykyaikaiset ja kattavat hoidon toteuttamiseen tarvittavat tiedot. (Vuoko & Tahvanainen 2017.)

3. TUTKIMUKSEN TAVOITE, TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSY- SYMYS

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kuvailla sosiaalisen median hyödyntämistä hoitotyössä. Tutkimuksen tavoitteena on koostaa tietoa sosiaalisen median käyttömahdollisuuksista ja sen käyttöön liittyvistä kokemuksista. Tutkimuksessa saatua tietoa voidaan hyödyntää hoitotyössä palveluiden ja hoitotyön interventioiden kehittämistyössä.

Tutkimuskysymys:

1. Millä tavoin hoitotyössä voidaan käyttää sosiaalista mediaa?
2. Minkälaisia kokemuksia sosiaalisen median hyödyntämisestä on raportoitu?

4. KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tämä tutkimus toteutettiin mukaillen kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmää. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena on etsiä vastauksia kysymyksiin siitä, mitä ilmiöstä jo tiedetään (Polit & Beck 2017), eikä sen tekemiseen ole tiukkoja sääntöjä (Kangasniemi ym. 2013; Salminen 2011). Se pyrkii ymmärtämään ja kuvailemaan ilmiötä laaja-alaisesti (Polit & Beck 2017) sekä tarvittaessa luokittelemaan tutkittavan ilmiön ominaisuuksia (Salminen 2011). Aineisto muodostuu aiemmin julkaistusta aiheen kannalta merkityksellisestä tutkimustiedosta ja sisältää yleensä jonkinlaisen kuvauksen aineiston valinnan prosessista (Grant & Booth 2009). Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta voidaan jäsentää neljään eri vaiheeseen, joita ovat tutkimuskysymyksen muodostaminen, aineiston valitseminen, kuvailun rakentaminen ja tulosten tarkasteleminen (Kangasniemi ym. 2013).

4.1 Aineiston keruu ja valinta

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimusprosessia ohjaa tutkimuskysymys, jonka täytyy olla riittävän täsmällinen ja rajattu, jotta tutkittavaa ilmiötä voidaan tarkastella syvällisesti, mutta tarpeeksi väljä, jotta ilmiön tarkasteleminen mahdollistuu tarpeeksi monista näkökulmista (Kangasniemi ym. 2013; Niela-Vilén & Hamari 2016). Ennen tutkimuskysymyksen muotoilua on suositeltavaa tehdä alustava kirjallisuuskatsaus, jonka avulla tutkimuskysymys tarkentuu, tutkija saa käsityksen olemassa olevan kirjallisuuden määrästä sekä pystyy täsmentämään kiinnostuksen kohteena olevat käsitteet. (Stolt ym. 2016). Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimusaineiston kokoaminen on jatkuvaa ja vastavuoroista reflektointia suhteessa tutkimuskysymykseen, jolloin tutkimuskysymys ja siihen vastaamaan valittu aineisto tarkentuvat koko prosessin ajan (Kangasniemi ym. 2013).

Tutkimuksen tiedonhauk suoritettiin heinäkuussa 2019. Kirjallisuuskatsauksen suorittaminen aloitettiin sopivien hakusanojen selvittämällä ja hakulausekkeiden muodostamisella. Kirjaston informaation apua hyödynnettiin tietokantojen käytössä sekä haku-

sanojen muodostamisessa. Kirjallisuuskatsauksen tiedonhakukanaviksi valikoitui kansainvälisistä tietokannoista Cinahl, ProQuest ja Scopus sekä kotimainen tietokanta Medic. Kyseiset tietokannat valittiin, jotta tulokset olisivat mahdollisimman kattavat. Taulukossa 1 on esitetty tutkimuksessa käytetyt hakusanat.

Taulukko 1. Käytetyt hakusanat tietokannoittain.

Tietokanta	Hakusanat
CINAHL	nurs* OR "public health nurs*" OR "community health nurs*" OR midwi* AND "social media" OR facebook OR twitter OR instagram OR snapchat OR tumblr OR "social network- ing" OR whatsapp OR blog* or youtube
ProQuest	nurs* OR "public health nurs*" OR "community health nurs*" OR midwi* AND "social media" OR facebook OR twitter OR instagram OR snapchat OR tumblr OR "social network- ing" OR whatsapp OR blog* or youtube
Scopus	nurs* OR "public health nurs*" OR "community health nurs*" OR midwi* AND "social media" OR facebook OR twitter OR instagram OR snapchat OR tumblr OR "social network- ing" OR whatsapp OR blog* or youtube
Medic	"sosiaalinen media" OR "social media" OR facebook OR twitter OR instagram OR snapchat OR tumblr OR whatsapp OR blog* or youtube

Hakustrategiaan kuuluu olennaisesti sisäänotto- ja poissulkukriteerien muodostaminen, joka osaltaan helpottaa relevantin kirjallisuuden tunnistamisessa (Stolt ym. 2016). Taulukossa 2 on esitetty hakutulosten sisäänottokriteerit. Julkaisuvuosi rajattiin välille

2009-2019, jotta käyttöön saatiin laajasti ajankohtaista tutkimustietoa. Mukaan otettavien artikkelien tuli vastata tutkimuskysymykseen sekä valittujen artikkelien tuli olla tieteellisessä lehdessä julkaistuja vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita. Systemaattiset kirjallisuuskatsaukset jätettiin tutkimuksesta pois. Tutkimusten tuli olla englannin- tai suomenkielisiä. Mukaan otettavien artikkelien tuli käsitellä aihetta hoitotieteelliseen näkökulmaan sopivasta näkökulmasta terveysalan kontekstissa.

Taulukko 2. Tutkimuksen sisäänottokriteerit

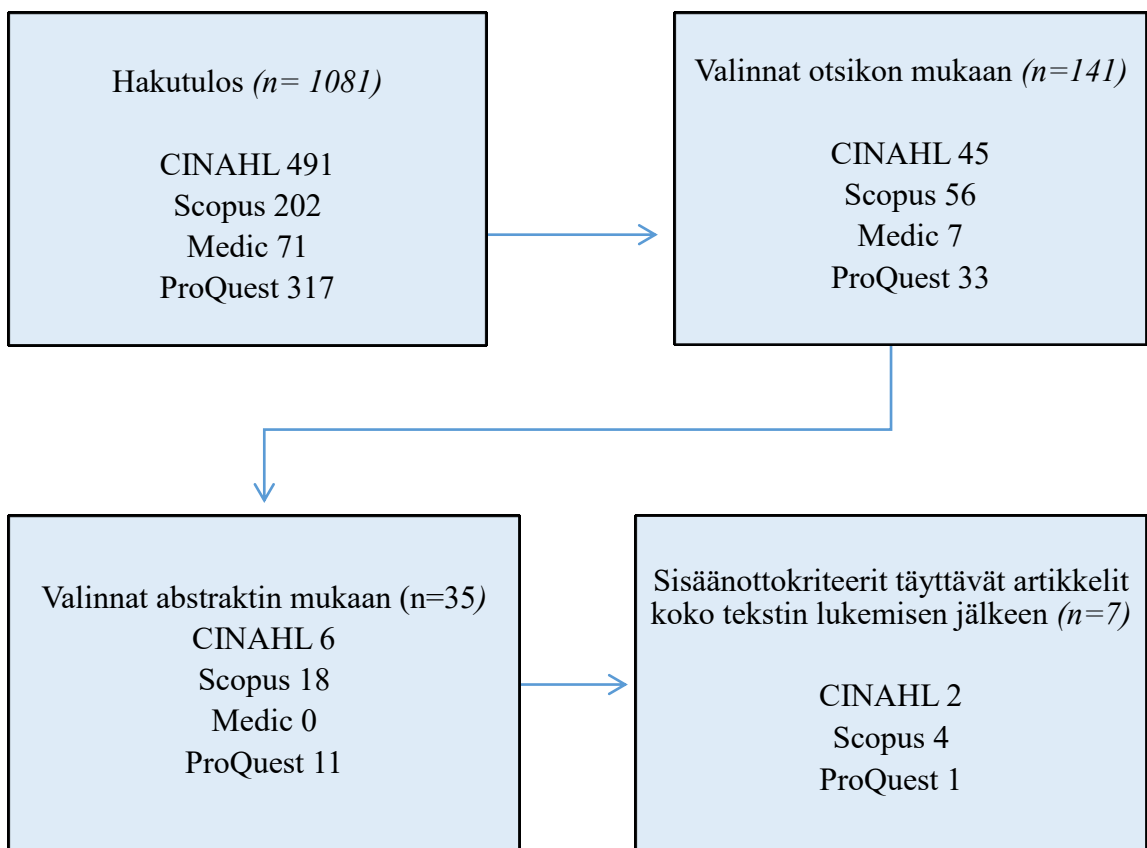
Sisäänottokriteerit
Tutkimus on julkaistu vuosina 2009-2019
Julkaisukieli on englannin- tai suomenkieli
Artikkelit ovat vertaisarvioituja tutkimusartikkeleita
Tutkimus vastaa tutkimuskysymykseen
Tutkimus on toteutettu terveysalan kontekstissa

Kaikissa tietokannoissa hakutulosta peilattiin sisäänottokriteereihin otsikko-, tiivistelmä- ja kokotekstitasolla. Kokotekstit tuli olla löydettävissä maksutta käytettävissä olevien tietokantojen kautta. Muutamia sisäänottokriteerit täyttäneitä artikkeleita jouduttiin jättämään tutkimuksesta pois niiden maksullisuuden vuoksi. Julkaisuista hylättiin otsikkotasolla artikkelit, jotka käsittelivät hoitajien koulutukseen tai opiskeluun liittyviä asioita, hoitajien keskinäistä verkostoitumista ja tutkimuksia, joissa vertailtiin hoitajien sosiaalisen median käyttöä henkilökohtaisesti ja ammattimaisesti. Artikkelit, jotka keskittyivät eettisiin kysymyksiin tai sosiaalisen median käytön sääntöihin jätettiin tästä tutkimuksesta myös pois.

CINAHL -tietokannasta löytyi sisäänottokriteerien perusteella otsikkotasolla luettavaksi 491 artikkelia, joista valikoitui abstraktitasolle luettavaksi 45 artikkelia. Koko teksti luettiin kuudesta artikkelista, joista tutkimukseen valikoitui mukaan kaksi artikkelia. Scopus -tietokannasta löytyi otsikkotasolla luettavaksi 202 artikkelia, joista abstraktitasolla luettavaksi nousi 56 artikkelia. Koko teksti luettiin 18 artikkelista, joista neljä artikkelia vastasi tutkimuskysymykseen ja otettiin mukaan tutkimukseen. ProQuest tietokannassa hakutuloksia tuli 983, jos hakusanat olivat samat kuin CINAHL ja Scopus

tietokannoissa. ProQuest tietokantahaussa sosiaaliseen mediaan liittyvät englanninkieliset hakusanat valittiin löydettäväksi artikkeleiden otsikoista, jotta hakutulos suuntaisi tarkemmin vastaamaan tutkimuskysymystä. Otsikkotasolla luettavaksi löytyi 317 artikkelia, joista abstraktitasolle luettavaksi nousi 33 artikkelia. Koko teksti luettiin 11 artikkelista ja mukaan tutkimukseen saatiin yksi tutkimusartikkeli.

Suomalaisesta Medic -tietokannasta samanlaisilla hakurajauksilla kuin kansainvälisissä tietokannoissa löytyi niukasti artikkeleita, joten varmistamaan laajempaa hakutulosta jätettiin hoitajia kuvaava hakusana kokonaan pois. Sosiaalinen media ja sitä tarkentavia hakusanoja käyttämällä löytyi 71 artikkelia, joista selvisi otsikkokarsinnan jälkeen abstraktitasolle luettavaksi vain seitsemän artikkelia. Lopulta Medic -tietokannasta ei löytynyt yhtään sisäänottokriteerit täyttävää artikkelia. Hakutulos oli kuitenkin siinä määrin onnistunut, että tutkimuksen teoriaosuuteen löytyi kuitenkin hyvää lähdemateriaalia. Lopulliseen työhön valikoitui seitsemän sisäänottokriteerit täyttävää tutkimusartikkelia. Kuviossa 1 on esitetty tarkemmin kirjallisuuskatsauksen valintaprosessi.



Kuvio 1. Aineistonvalintaprosessi

4.2 Aineiston analyysi ja kuvaus

Käsittelymenetelmän valintaan vaikuttaa se, minkälaista tietoa katsauksella halutaan tuottaa (Kangasniemi & Pölkki 2016). Tässä tutkimuksessa aineisto analysoitiin kuvailevan synteessin avulla perustuen tutkimuskysymysten luonteeseen sekä analyysiin valittujen tutkimusten erilaisiin lähestymistapoihin (Pölkki ym. 2012). Kuvaileva synteesi on laadullinen analyysimenetelmä, jossa keskeisiä elementtejä ovat aineiston keskeisten ominaisuuksien taulukointi sekä tulosten narratiivinen kuvailu (Evans 2002). Se tarjoaa hyvän yleiskuvan tutkimuksen tuloksista ja sen tärkeimmistä teemoista sekä auttaa ajantasaistamaan tutkimustietoa, vaikka se ei tarjoakaan analyttisintä tulosta (Evans 2002; Salminen 2011).

Tässä tutkimuksessa artikkeleita lähdettiin luokittelemaan induktiivisesti eli aineistolähtöisesti. Aineistolähtöisessä analyysissä edetään aineiston ehdoilla (Kangasniemi ym. 2013, Elo & Kyngäs 2008). Katsauksen aineisto käytiin läpi huolellisesti useaan kertaan tehden samalla alleviivauksia ja muistiinpanoja. Tutkimuksista pyrittiin löytämään vastauksia tutkimuskysymykseen ja löytämään ilmiön kannalta merkityksellisiä kuvauksia (Kangasniemi & Pölkki 2016). Tutkimuskysymyksiin vastaavat käsitteet ja ilmaukset ryhmiteltiin pyrkien löytämään aineistoa yhdistäviä ja erottavia tekijöitä ja lopulta aineistosta nousi esille aiheen kannalta keskeiset teemat. Niistä pyrittiin muodostamaan ymmärrystä lisäävä kokonaisuus eli synteesi (Niela-Vilén & Hamari 2016).

Aineiston sopivuuden määrittelyssä tärkein kriteeri on se, että tutkittavaa asiaa voidaan tarkastella ilmiölähtöisesti ja tarkoituksenmukaisesti suhteessa tutkimuskysymykseen (Polit & Beck 2017). Lopulliseen aineistoon valikoitui seitsemän vertaisarvioitua tieteellistä tutkimusartikkelia. Artikkelit on julkaistu vuosina 2012-2019. Tutkimuksista kuusi on kvantitatiivisia tutkimuksia, joissa otoskoot vaihtelee 98-718 henkilön välillä ja yksi kvalitatiivinen tutkimus, jossa otoskoko on 18. Tutkimukset on tehty Ruotsissa (n=1), Norjassa(n=1), Italiassa(n=1), Kanadassa(n=1), Thaimaassa(n=1), Iranissa(n=1) ja Australiassa(n=1). Liitteestä 1 löytyy yhteenveto tässä tutkimuksessa käytetyistä artikkeleista ja tutkimusraportin kappaleessa 5 esitellään aineistosta esille nousevat tulokset.

5. TULOKSET

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tuottaa vastauksen tutkimuskysymykseen tai -kysymyksiin kuvailevan, laadullisen vastauksen muodossa (Kangasniemi ym. 2013). Tutkimuksiin valituista artikkeleista kaksi alkuperäisartikkeliä käsittelee tutkimusaihetta ammattilaisten näkökulmasta (Benedictis ym. 2010; Nordfeldt ym. 2012) ja viisi asiakas- ja potilasnäkökulmasta (Bottorff ym. 2014; Deimazar ym. 2018; Helle ym. 2019; Labacher & Mitchell 2013; Sanquansak ym. 2017). Benedictis ym. (2019), Sanguansak ym. (2017) ja Nordfeldt ym. (2012) käsittelevät sosiaalisen median käyttöä sairaalamaailman kontekstissa ja puolestaan Bottorff ym. (2014), Deimazar ym. (2018), Helle ym. (2019) ja Labacher ym. (2013) käsittelevät aihetta terveyttä edistävästä näkökulmasta.

5.1 Sosiaalisen median käyttö

Sosiaalisen median avulla ammattilainen voi välittää potilaille tieteellisesti tutkittua uusinta tietoa (Benedictis ym. 2019; Helle ym. 2019; Deimazar ym. 2018; Labacher ym. 2013; Nordfeldt 2012). Hoitohenkilökunta pitää tärkeänä, että heidän suosittelemansa tieto on ammattilaisten tuottamaa, luotettavaa tietoa (Nordfeldt ym. 2012; Benedictis ym. 2019), mutta myös asiakkaille luotettavasta lähteestä tiedon saaminen on tärkeää (Helle ym. 2019). Lähes 80 prosenttia Helle ym. (2019) tutkimukseen osallistuneista äideistä etsii mieluiten internetistä tietoa lasten ravitsemukseen liittyen ja 67 prosenttia pitää tärkeänä sitä, että kyseinen tieto tulee viranomaisilta (Helle ym. 2019). Asiakkaat luottavat ammattilaisten tietoon erityisesti lääkitykseen liittyvässä tiedossa enemmän kuin vertaisilta saatuun tukeen (Deimazar ym. 2018).

Lähes kaikissa tutkimuksissa sosiaalisen verkoston ensisijainen tavoite oli potilasohjaus. Tavoitteena oli antaa käytännönläheistä tietoa sairauteen ja hoitoon liittyen (Labacher & Mitchell 2013; Nordfeldt ym. 2012; Sanguansak ym. 2017) tai ohjata asiakasta terveyttä edistävää toimintaa kohti (Bottorff ym. 2014; Deimazar ym. 2018; Helle ym. 2019). Uuden oppiminen saa omahoidon toteutumaan paremmin (Helle ym. 2019; Nordfeldt ym. 2012; Deimazar ym. 2018). YouTube -tyyliset internetin tai matkapuhelimien väli-

tyksellä liikkuvat terveyttä edistävät videot ovat nuorten keskuudessa suosittuja ja nuoret mielellään jakavat tietoa videoista toisilleen (Bottorff ym. 2014). Pienten lasten ravitsemusta parantavalla, terveyttä edistävällä videomateriaalilla on tutkitusti positiivista vaikutusta ihmisten terveyskäyttäytymiseen (Helle ym. 2019). YouTube -tyylisiä videoita voidaan pitää potentiaalisena vaihtoehtona terveyden edistämistyölle (Bottorff ym. 2014; Helle ym. 2019).

Benedictis ym. (2019) mukaan WhatsApin käytöstä on saatu positiivisia käyttäjäkokemuksia, erityisesti lääkäreiltä, jotka lähettävät tiedostoja ja videoita potilailleen heidän niin pyytäessä. Hoitajat eivät juurikaan käytä WhatsAppia asiakkaiden kanssa viestimisessä (Benedictis ym. 2019). Sanguansak ym. 2017 tutkimuksessa arvioitu the Line vastaa Suomessa suosittua WhatsApp -sovellusta. Tutkimustulosten mukaan kyseisen viestintämenetelmän avulla annetut muistutusviestit kaihihoikkauksen jälkihoidossa lisäävät sekä lääkkeiden ottamista sekä jälkitarkastukseen tulemistä ja parantavat siten kokonaisuudessaan hoidon onnistumisprosenttia (Sanguansak ym. 2017).

Sosiaalisen median avulla asiakkaat ja potilaat voivat löytää arvokasta vertaistukea (Benedictis ym. 2019; Bottorff ym. 2014; Deimazar ym. 2018; Nordfeldt ym. 2012). Nordfeldt ym. (2012) mukaan keskustelufoorumeilla saa vaihdettua sairaudestaan kokemuksia. Raskaana olevat naiset käyttävät paljon sosiaalisia nettiyhteyksiä tiedonhankintaan ja vertaistuen saamiseen (Deimazar ym. 2018). Helle ym. (2019) mukaan eHealth interventio on sopiva ja toteutettavissa oleva työkalu terveyttä edistävän tiedon levittämiseen. Sosiaalista mediaa voidaan pitää tavanomaisen hoidon täydentäjänä (Sanguansak ym. 2017; Nordfeldt ym. 2012).

5.2 Positiiviset ja negatiiviset kokemukset

Sosiaalisen median avulla on mahdollista uudistaa nykyaikaista terveydenhuoltoa (Deimazar ym. 2018). Näyttöön perustuvan, tutkitun tiedon liikkuminen lisääntyy sosiaalisen median avulla (Benedictis ym. 2019 & Deimazar ym. 2019). Tiedon nopea liikkuminen tehostaa asiakastyötä (Nordfeldt ym. 2012). Ajankäytöllisesti viesteihin vastaaminen on nopeampaa kuin puhelimitse (Sanguansak ym. 2017). Toisaalta matalampi

tiedon kulku saattaa lisätä asiakkaiden kysymyksiä ja lisätä siten hoitohenkilökunnan työmäärää (Sanguansak ym. 2017).

Sosiaalisen median avulla potilaille pystytään tarjoamaan tukea kotiin (Nordfeldt ym. 2012). Verkkoviestintä mahdollisuudet helpottavat kommunikointia silloin kun välimatkat kodin ja hoitopaikan välillä ovat pitkät (Labacher & Mitchell 2013). Potilaat kokevat olonsa turvalliseksi, kun tietävät voivansa olla yhteydessä hoitotiimiin vointiinsa liittyvissä kysymyksissä (Nordfeldt ym. 2012; Sanguansak ym. 2017).

Nordfeldt ym. (2012) mukaan diabeteksen hoitotiimiin kuuluvat ammattilaiset pitivät tärkeänä myös sitä tietoa, mitä heille itselleen verkoston kautta välittyy. Tutkimuksen webportaali sisälsi sosiaaliseen mediaan läheisesti liittyviä foorumeita, kuten keskustelupalstoja, blogityökaluja, tietoa sairaudesta sekä hoitoon liittyvistä välineistä. Ammattilaiset kokivat pystyvänsä vastaamaan paremmin potilaiden tarpeisiin ja kysymyksiin, kun olivat keskustelufoorumeilta tai blogi -kirjoituksista lukeneet sairastuneiden tai omaisten kirjoituksia. Potilaiden verkkosovelluksella lähettämät valokuvat silmien kunnosta tai hoitoon käytettävistä lääkkeistä tai muista tarvikkeista helpottivat ammattilaisen vastaamista potilaiden kysymyksiin (Sanguansak ym. 2017). Sosiaalisessa verkostossa jaettavat videot ovat kustannustehokkaita ja sopivat terveyttä edistävään tiedonvälitykseen nuorille (Bottorff ym. 2014).

Sosiaalisen median käyttämisellä hoitotyössä on myös negatiivisia puolia. Suurin uhka liittyy tietosuojaan eli potilaiden yksityisyyteen liittyvien potilastietojen leviämiseen (Benedictis ym. 2019; Labacher & Mitchell 2013.) Labacher & Mitchell (2013) mukaan ihmiskontaktin kaltainen tunne ei ole saatavissa kommunikoitaessa digitaalisesti. Nuoret aikuiset toivovat kasvotusten tapahtuvaa, luottamuksellista, pitkäaikaista sekä eituomitsevaa vuorovaikutuksellista suhdetta hoitohenkilökunnan kanssa keskusteltaessa seksuaaliterveyteen liittyvistä asioista, eikä sosiaalisen median kautta tapahtuva ohjaus ja neuvonta ole nuorten mielestä hyvä vaihtoehto (Labacher & Mitchell 2013). Tekniikkaan liittyvät ongelmat, kuten osaamattomuus ja ajanpuute voivat myös aiheuttaa negatiivisia tunteita sosiaalisen median hyödyntämistä kohtaan (Nordfeldt ym. 2012; Benedictis ym. 2019). Tietokoneiden ja matkapuhelimien välityksellä tapahtuva kommunikointi saattaa olla nykyajan pyrkimys, jota ei välttämättä kuitenkaan haluta (Labacher & Mitchell 2013).

5.3 Haasteet sosiaalisen median käytössä

Sosiaalisen median käyttäminen on usein ”työntekijälähtöinen innovaatio”, joka voi hallitsemattomana vaikuttaa terveysalan klinikkaan myös harmillisesti (Benedictis ym. 2019). Johdon tulisi valvoa sosiaalisen median käyttöä ja laatia säännöt toimintaan toteuttamalla riittävät strategiat, jotta sosiaalisen median potentiaalinen kasvu ja käyttökelpoisuus voidaan hyödyntää samalla varmistaen potilaiden turvallisuus (Deimazar ym. 2018; Benedictis ym. 2019). Deimazar ym. (2018) tutkimuksen tulosten mukaan raskaana olevat naiset kommunikoivat harvoin sosiaalisten verkostojen välityksellä ammattilaisten kanssa Iranissa. Benedictis ym. (2019) mukaan lääkärit käyttävät WhatsAppia sujuvasti työssään, hoitajilla puolestaan WhatsAppista ei juurikaan ole käyttökokemuksia. Lääkärien mukaan pyyntö WhatsAppin käytölle tulee potilaiden suunnalta, kun he pyytävät tarkistamaan valokuvan tai tiedoston avulla terveyteensä liittyviä asioita esimerkiksi ennen vastaanotolle tuloa. Lääkärit kokevat WhatsAppin käytön positiivisena ilmiönä.

Nordfeldt ym. 2012 tutkimuksessa hoitohenkilökunnalla oli positiivisia asenteita portaalien kohtaan. Tutkimusten tulokset puhuvat myös sosiaalisen median hyödyntämisen puolesta (Deimazar ym. 2018; Bottorff ym. 2014). Asiantuntijoita tulisi rohkaista käyttämään sosiaalista mediaa terveydenhuollossa, mutta siitä tulisi myös saada taloudellinen hyöty (Deimazar ym. 2018). Käyttöä tulee vielä kehittää, avoin tieto tekee toimintaa julkiseksi ja muiden arvioitavaksi (Nordfeldt ym. 2012). Tietosuojaan liittyvät huolet tulee myös järjestää (Benedictis ym. 2019).

6. POHDINTA

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli koostaa tutkimustietoa sosiaalisen median käyttömahdollisuuksista ja käyttöön liittyvistä kokemuksista hoitotyössä. Tutkimuksen tuloksena saatiin kuvailevaa tutkimustietoa sosiaalisen median käyttökokemuksista sekä tietoa, jota voidaan hyödyntää palveluiden ja hoitotyön interventioiden kehittämistyössä. Tutkimustulosten mukaan sosiaalisella medialla on potentiaalia viestintävälineenä hoitotyössä (Helle ym. 2019; Deimazar ym. 2018; Sanguansak ym. 2017; Bottorff ym. 2014; Nordfeldt ym. 2012), mutta verkkoyhteisöjen käyttämiseen hoitotyössä liittyy myös kehitettävää ja haasteita (Benedictis ym. 2012; Labacher & Mitchell 2013; Deimazar ym. 2018).

6.1 Tutkimustulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Tutkimuksen viimeisessä vaiheessa kootaan ja tiivistetään kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tuottamat keskeiset tulokset (Rhoades 2011). Tässä tutkimuksessa eniten nousivat esille sosiaalisen median muotoina videovälitteinen viestintä (YouTube) sekä pikaviestintäsovellukset WhatsApp ja sen kanssa samantyylinen Aasiassa suosittu the Line -sovellus. Sosiaalista mediaa hyödynnettiin potilasohjauksessa ammattilaisten ja asiakkaiden välillä ja tarkoituksena oli antaa terveyttä edistävää tai hoitoon liittyvää tietoa, sekä tukea asiakkaiden omahoidon toteutumista ja vertaistuen saamista. Pikaviestintäsovellukset sopivat näihin tarkoituksiin hyvin, koska niiden avulla tieto liikkuu nopeasti ja niiden avulla lähetään erilaisia tiedostoja ja kuvia. Sanguansak ym. (2017) toivat esille myös hymiöiden ”stickers” käytön, joita käytettiin tekstin ja valokuvien ohella paljon. Hymiöiden käyttö lisää viihdettä ja tuo mahdollisesti myös syvällisempää merkitystä viesteille pikaviestintäsovelluksissa, mutta toisaalta vastaanottajat saattavat ymmärtää hymiöiden merkityksen eritavoin kuin lähettäjä on alun perin ajatellut ja se tuo haastetta hymiöiden käyttöön. Verkkoportaalien käyttö, jotka sisältävät sosiaaliseen mediaan läheisesti liittyviä video-, blogi- tai keskustelupalstatoimintoja ovat myös hyödyllisiä hoitotyössä (Nordfeldt ym. 2012; Helle ym. 2019).

Internet -pohjainen interventio on tarkoituksenmukainen, helposti saatavilla oleva ja kustannus tehokas väline levittämään tieteellisesti tutkittua tietoa. YouTube -tyyliset lyhyet, sukupuolisidonnaiset videot sopivat terveyskasvatukseen (Bottorff ym. 2014) ja uutta opettavan ja ennaltaehkäisevän tiedon levittämiseen (Helle ym. 2019). Sosiaalisen median vuorovaikutteinen ja aktiivinen piirre edesauttaa tiedon liikkumista (Matikainen & Huovila 2017). Esimerkiksi Bottorff ym. (2014) tutkimuksen tulosten mukaan nuoret mielellään jakoivat toisilleen ja perheenjäsenilleen tutkimuksessa esitettyjä videoita. Videovälitteinen lähestymistapa sopii nuorille (Bottorff ym. 2014; Nordfieldt ym. 2012) ja pienten lasten vanhemmille (Helle ym. 2019), mutta nykypäivänä varmasti myös muille ryhmille.

Sosiaalisen median avulla asiakkaat ja potilaat löytävät helposti vertaistukea (Deimazar ym. 2018; Nordfieldt ym. 2012). Vertaistuen avulla saadaan tietoa, rohkaisua, tukea ja turvaa muilta samassa tilanteessa olevilta (Mikkonen 2009). Ammattilaiset voivat toimia tiedonvälittäjinä ja ohjaajina vertaistuen löytämisessä sosiaalista mediaa hyödyntäen. Esimerkiksi Deimazar ym. (2018) tutkimuksen tulosten mukaan Iranissa on selkeä tarve edistää tällaisten sosiaalisten verkostojen alustojen käyttöä raskaana olevien naisten keskuudessa. Sosiaalinen media on mahdollistanut uudella tavalla ryhmäytymisen. Se on tehnyt helpommaksi erilaisten yhteisöjen muodostamisen ja sen suosio perustuu läsnäoloon arjessa, tuki on helposti saatavilla silloin kun tarve on. Terveystuella ammattihenkilöt voisivat hyödyntää ryhmiin liittyvissä ohjauksissa sosiaalisen median alustoja nykyistä monipuolisemmin.

Sosiaalisissa verkostoissa toimiminen edellyttää asiantuntijoilta uudenlaista, vuorovaikutteisempaa toimintatyyliä (Matikainen & Huovila 2017). Sosiaalista mediaa voidaan hyödyntää kehitettäessä uusia asiakas- ja potilaslähtöisiä ohjaus- ja tukimenetelmiä (Helle ym. 2019; Nordfeldt ym. 2012). Nordfeldt ym. (2012) tutkimuksessa nousi esille potilaat ja heidän lähipiirin merkitys tiedontuottajina ammattilaisille. Tämä oli mielestäni mielenkiintoinen näkökulma sosiaalisen median hyödyntämisestä. Osa hoitohenkilökunnasta luki potilaiden ja huoltajien kirjoituksia keskustelupalstoilta sekä blogi -kirjoituksista lisätäkseen tietoaan potilaiden ja heidän omaisten tarpeista, jotta hoito vastaisi paremmin tarvetta. Voisiko tällaista näkökulmaa hyödyntää hoitotyössä enemmänkin? Sosiaalisen median vastavuoroisuus tulee esille tästä näkökulmasta hienosti hyödyntäen tiedollisesti sekä ammattilaisia että asiakkaita. Sosiaalisen median avulla

asiakkaiden osallisuutta olisi helppo parantaa. Esimerkiksi Bottorf ym. (2014) tutkimustuloksiin viitaten, nuorten osallistuttaminen videoiden suunnitteluun ja tekemiseen lisäisi videoiden tavoitettavuutta.

Labacher & Mitchell (2013) tutkimuksen mukaan lähes kaikki opiskelijat (nuoret aikuiset) valitsevat mieluummin kasvotusten tapahtuvan viestinnän kuin verkkovälitteisen viestinnän saadessaan tutkimustuloksia tai tietoa hoidosta. Tämä oli mielestäni yllättävä tulos, koska kyselyyn vastaajat olivat nuoria, joiden luulisi olevan innostuneita hyödyntämään verkkoviestintää terveysasioissaan. Tutkimuksen aihepiiriin kuuluivat seksuaali-terveyteen liittyvien asioiden tiedonsaanti, jonka luulisi myös lisäävän kiinnostusta etä vastaanottoon. Toisaalta opiskelijat tarvitsevat paljon tietoa ja emotionaalista tukea, jos heille todetaankin vakavampi sairaus, kuten hepatiitti tai hiv. Verkkovälitteinen viestintä mahdollistaa kuitenkin tiedonkulun paikoissa, missä etäisyydet ovat pitkät. Tämä on mielestäni tärkeä asia asiakaslähtöisyyden toteuttamisessa.

Sosiaalisen median hyödyntäminen hoitotyössä aiheuttaa ajatuksia puolesta ja vastaan. Sosiaalisen median hyödyntäminen terveysalalla edellyttää juridisia ja eettisiä pohdintoja (Helve ym. 2015). Sosiaalisen median hyödyntämiselle hoitotyössä tulisi myös laatia säännöt (Benedictis ym. 2019; Deimazar ym. 2018). Sosiaalisen median käyttöön liittyen esimerkiksi Lääkäriliitto on laatinut ohjeet lääkäreille (Lääkäriliitto 2012) ja Sairaanhoidajaliitto ohjeet sairaanhoidajille (Sairaanhoidajaliitto 2014). Benedictis ym. (2019) mukaan lääkärit hyödyntävät sosiaalista mediaa hoitajia enemmän. Sosiaalisen median hyödyntäminen on enemmän työntekijälähtöinen kuin hallinnon aloitteesta lähtevä viestintämuoto (Benedictis ym. 2019). Tämä herätti pohtimaan, että onko lääkäreillä hoitajia enemmän rohkeutta tai vahvempi ammatti-identiteetti kokeilla uusia viestintävälineitä?

Interventioiden vaikutusta henkilökunnan työmäärään tulisi myös arvioida toimintaa arvioitaessa sekä mahdollisesti nostaa palkkatasoa toimintakuvan laajetessa. Asiakkaiden ja potilaiden yksityisyyteen ja tietosuojaan liittyvät asiat tulisi konkreettisesti käydä läpi ja antaa niihin ohjeistusta (Sanguansak ym. 2017). Nykypäivänä yksityisyyteen ja tietosuojaan liittyvät kysymykset voivat olla monelle vaikeita, koska tietoisuus erilaisista tietosuojaan liittyvistä kysymyksistä voi vaihdella. Huonosti valittuun sosiaalisen median kanavaan ladattu tieto saattaa levitä nopeasti suurellekin yleisölle. Lisäksi sosi-

aalisessa mediassa tapahtuneesta kanssakäymisestä jää aina tallenne, joten ammattilaisten tulisi olla täysin varmoja siitä tiedosta, mitä internetiin laittavat.

Nykyinen hoitotyöympäristö haastaa ammattilaisia pohtimaan asiantuntijaidentiteettiään tarkemmin. Millä tavoin haluamme ottaa vastaan uuden teknologian tuomia mahdollisuuksia, miten haluamme kehittää itseämme niissä? Mistä löytyy aika uusien asioiden oppimiselle tai minkälaista kiirettä sosiaalisen median mukaan heittäytyminen aiheuttaa tavalliseen työpäivään? Mielestäni hoitotyöntekijöiden olisi hyvä aloittaa luomalla positiivinen asenne uusien hoitotyön mahdollisuuksia kohtaan, sekä pyrkiä ohjaamaan asiakasta kohti laadukasta ja tutkimuksiin perustuvaa tietoa. Hoitotyöntekijöiden tulisi nähdä sosiaalinen media hoidon täydentäjänä ja osana tulevaisuuden hoitotyötä.

6.2 Tutkimuksen luotettavuus

Laadukkaat kirjallisuuskatsaukset ovat potentiaalisia näyttöön perustuvan hoitotyön kehittämisessä, joten sen vuoksi tutkimuksen laadun ja luotettavuuden arviointiin on kiinnitettävä huomiota (Niela-Vilén & Hamari 2016). Luotettavuuden ja eettisyyden kannalta on tärkeää jäsentää tarkasti tutkimuksen eri vaiheet (Kangasniemi ym. 2013). Tämä kuvaileva kirjallisuuskatsaus on raportoitu tieteellisten ohjeiden mukaisesti ja tutkimusraporttia kirjoittaessa on noudatettu rehellisyyttä ja yleistä huolellisuutta (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2013). Lincolnin ja Cuban (1985) mukaan tutkimuksen luotettavuutta voidaan arvioida luotettavuuskriteerien avulla, joita ovat: uskottavuus (credibility), riippuvuus (dependability), vahvistettavuus (confirmability) ja siirrettävyys (transferability) (Polit & Beck 2017). Tutkimuksen luotettavuutta on arvioitu luotettavuuskriteerien perusteella.

Tutkielman luotettavuuden parantaminen alkaa perusteellisella valmistelulla ennen tutkimusta ja vaatii edistyneitä taitoja tiedonkeruussa, sisällön analysoinnissa, luotettavuuskeskustelussa ja tulosten raportoimisessa (Elo ym. 2014). Uskottavuutta parantaa se, että tutkimuksen aihealueeseen on perehdytty mahdollisimman hyvin ja tutkimukseen liittyvän aineiston valintaan on kiinnitetty erityistä huomiota hakemalla lähteet luotettavista tietokannoista ja tutkimuksessa on käytetty tieteellisiä julkaisuja (Kangas-

niemi ym. 2013). Tutkimusaiheen rajaukseen ja hakusanojen valintaan käytettiin aikaa, jotta hakutulokset vastasivat tutkimuskysymyksiin. Uskottavuuden varmistamiseksi tutkimus on perusteltu niin tieteellisesti kuin yhteiskunnallisestikin.

Tutkimuksen luotettavuutta parantaisi se, että tutkimuksen aineiston käsittelyvaihe toteutettaisiin kahden tai useamman tutkijan toimesta (Kangasniemi ym. 2016). Tässä kandidaatin tutkielmassa on tutkimusta suorittanut vain yksi tutkija, joten se voi vaikuttaa tutkimuksen tuloksiin. Luotettavuuden lisäämiseksi kirjaston informaatikon apua hyödynnettiin tutkimusaineiston hakusanojen suunnittelussa. Luotettavuuden parantamiseksi kirjallisuuskatsauksen toteuttamisessa ja raportoinnin kaikissa vaiheissa on noudatettu tarkkuutta, jotta prosessi on läpinäkyvä ja olisi toistettavissa uudelleen samanlaisena myös toisen tutkijan toimesta (Polit & Beck 2017; Pölkki ym. 2012; Rhoades 2011).

Ideaalitilanteessa tutkimukseen tulisi ottaa mukaan millä tahansa kielellä julkaistuja tutkimuksia (Niela-Vilén & Hamari 2016). Tässä tutkimuksessa luotettavuutta voi heikentää se, että tutkimuksessa käytettyjen tutkimusten kieli on englanti, joka ei ole tutkijan äidinkieli, sekä se että tutkimuksesta rajautui pois muun kuin englannin tai suomenkielisiä julkaisuja. Sosiaalisesta mediasta tuntui löytyvän vähän tieteellistä tutkimusta ja sen vuoksi hakutulos rajattiin kymmeneen vuoteen. Tutkimukset olivat vuosilta 2012-2019. Digitaalinen maailma kehittyy kuitenkin nopeasti ja sosiaalisen median käyttö on vakiinnuttanut käyttöönsä viimeisimpien vuosien aikana, joten aikarajaus voi mahdollisesti vähentää tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimustulokset olivat kuitenkin samansuuntaisia esimerkiksi tutkimuksesta pois rajautuneiden systemaattisten kirjallisuuskatsausten kanssa, joka puolestaan tukee tutkimuksen luotettavuutta.

6.3 Jatkotutkimusaiheita

Suomalaisia tieteellisiä tutkimuksia sosiaalisen median käyttöön hoitotieteisiin liittyen ei ole tehty. Tärkeää olisi saada tutkimustuloksia siitä, miten sosiaalinen media parantaa terveydenhuoltoa ja minkälaisia vaikutuksia sillä on hoidon laatuun. Mielenkiintoista

olisi selvittää, minkälaisia sosiaalisen median muotoja Suomen terveydenhuoltojärjestelmässä on kokeiltu, sekä minkä ikäisten asiakkaiden kanssa näitä on kokeiltu ja minkälaisia tuloksia on saatu. Tutkimusta tarvittaisiin sekä hoitohenkilökunnan että asiakkaiden näkökulmista. Hoitajien näkökulmasta olisi tärkeä selvittää, minkä verran sosiaalisen median käyttämiseen kuluu työaika ja miten hoitajat ovat liittäneet sosiaalisen median osaksi muuta työtään. Laadullisen tutkimuksen avulla voisi selvittää asiakkaiden kokemuksia ja kehittämis ehdotuksia sosiaalisen median hyödyntämisestä hoitotyössä.

LÄHTEET

Kirjallisuuskatsaukseen valikoidut tutkimukset on esitetty tummennetulla fontilla.

- Antheunis M, Tates K, Niebouer T (2013) Patients' and health professionals' use of social media in health care: motives, barriers and expectations. *Patient Education and Counseling* 92 (3). 426-431.
- Benedictis A, Lettieri E, Masella C, Gastaldi L, Macchini G, Santu C & Tartaglini D (2019) WhatsApp in hospital? An empirical investigation of individual and organizational determinants to use.**
- Bottorff J, Struik L, Bissell L, Graham R, Stevens J & Richardson (2014) A social media approach to inform youth about breast cancer and smoking: An exploratory descriptive study. *Collegian* 21, 159-168.**
- Colineau N & Paris C (2010) Talking about your health to strangers: Understanding the use of online social networks by patients. *New Review of Hypermedia & Multimedia* 16(1-2), 141-160.
- Corry M, Clarke M, While A & Lalor J (2013) Developing complex interventions for nursing: A critical review of key guidelines. *Journal of Clinical Nursing* 22(17-18), 2366-2386. DOI: 10.1111/jocn.12173
- Craig P, Dieppe P, Macintyre S, Michie S, Nazareth I & Petticrew M (2008) Developing and evaluating complex interventions: the new Medical Research Council guidance. *BMJ*, 337, a1655. DOI: 10.1136/bmj.a1655
- Deimazar G, Kahouei M, Rahmanian M, Motamednejad N & Mehrabi P (2018) Role of Social Networks in Raising the Level of Self-Care of Pregnant Women. *J Liaquat Uni Med Health Sci* 17 (3), 135-140.**
- Duodecim. Lääketieteen sanakirja. Duodecim sanakirjat. Viitattu 02.09.2019.
- Elo S, Kääriäinen M, Kanste O, Pölkki T, Utriainen K & Kyngäs H (2014) Qualitative Content Analysis: A Focus on Trustworthiness *SAGE Open* 4(1) PDF-dokumentti. <https://doi.org/10.1177/2158244014522633> Viitattu 25.08.2019
- Elo S & Kyngäs H (2008) The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*. 62 (1). 107-115.
- Evans D (2002) Systematic reviews of interpretive research: Interpretive data synthesis of processed data. *Australian Journal of Advanced Nursing* 20 (2), 22-26. PDF-dokumentti. <http://www.ajan.com.au/Vol20/Vol20.2-4.pdf> Viitattu 21.8.2019
- Facebook (2019) <https://newsroom.fb.com/> Viitattu 29.08.2019
- Grant M & Booth A (2009) A typology of reviews: an analysis of 14 review types and associated methodologies. *Health Information and Libraries Journal* 26 (2), 91-108.
- Harris J, Moreland-Russell S, Tabak R, Ruhr L, Maier R (2014) Communication About Childhood Obesity on Twitter. *American Journal of Public Health* 104 (7), e62-e69.
- Helle C, Hillesund E, Wills A & Overby N (2019) Evaluation of an eHealth intervention aiming to promote healthy food habits from infancy –the Norwegian randomized controlled trial Early Food for Future Health. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 16(1)**
- Helve O, Kattelus M, Norhomaa S, Saarni S (2015) Terveystieto ja sosiaalinen media.

- Duodecim. 131 (21), 2003-2008. PDF-dokumentti. <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2015/21/duo12512> Viitattu 24.08.2018
- Hukka E (2014) Potilaasta partneriksi –sosiaalinen media haastaa terveydenhuollon. Teoksessa Tautinen Media. Järvi Ulla (toim.) Riika: Livonia Print.
- Instagram (2019) <https://www.instagram.com/> Viitattu 29.08.2019
- Jauhiainen A & Sihvo P (2014) Sähköiset terveystalvet käyttöön terveydenhuollossa -Teoriasta käytäntöön. Karelia-ammattikorkeakoulun julkaisuja B:33. Joensuu: Lasermedia Oy.
- Jauhiainen A, Sihvo P, Ikonen H & Rytönen P. Kansalaisilla hyvät valmiudet sähköisiin terveystalvetuihin. Finnsih Journal of EHealth ans EWelfare, 6(2-3), 70-78.
- Jeon E & Seon H (2016) Acceptability of Service Targets for ICT-Based Healthcare. Health Inform. 22(4), 333-341.
- Juholin E (2017) Communicare! Viestinnän tekijän käsikirja. Turenki: Hansaprint Oy.
- Kaakinen P, Elo S, Ruotsalainen H, Kyngäs H & Kääriäinen M (2014) Teknologia-avusteisten interventioiden vaikuttavuus ylipainoisten ja lihaviin koulu laisten elintapoihin ja painoindeksiin: järjestelmällinen kirjallisuuskatsaus. Tutkiva hoitotyö. 12(4), 22-32.
- Kangasniemi M, Utriainen K, Ahonen S, Pietilä A-M, Jääskeläinen P & Liikanen E (2013) Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. Hoitotiede 25 (4). 291-301.
- Kangasniemi M (2017) Terveydenhuolto muutoksessa – entä muuttuvatko työ ja tehtävät? Tutkiva hoitotyö 15 (2) 2.
- Kaplan A & Haenlein M (2010) Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. Business Horizons 53(1), 59-68 DOI: 10.1016/j.bushor.2009.09.003
- Kohvakka R & Saarenmaa K (2019) WhatsApp suosituin – some on suomalaisten arkeaan mukaan. Asiantuntija-artikkelit ja ajankohtaisblogit. Väestökeskuksen Verkkojulkaisu. <http://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2019/whatsapp-suosituin-some-on-suomalaisten-arke-ian-mukaan-vaihdellen/> Viitattu 18.8.2019.
- Konttila J, Siira H, Kyngäs H, Lahtinen M, Elo S, Kääriäinen M, Kaakinen P, Oikari nen A, Yamakaw M, Fukui S, Utsumi M, Higami Y, Higuchi A & Mikko nen K (2019) Journal of Clinical Nursing 28 (5-6), <https://doiorg.pc124152.oulu.fi:9443/10.1111/jocn.14710> Viitattu 04.09.2019
- Labacher L & Mitchell C (2013) Talk or Text to Tell? How Young Adults in Canada and South Africa Prefer to Receive STI Results, Counseling, and Treatment Updates in a Wireless World. Journal of Health Communication 18:1456-1476.**
- Lindqvist (2016) SAdE-ohjelman sosiaali- ja terveystalan sähköiset talvet. Loppura portti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki. PDF-dokumentti. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-634-6> Viitattu 30.8.2019
- LinkedIn (2019) <https://www.linkedin.com/> Viitattu 30.8.2019
- Lääkäriliitto. Sosiaalinen media. Lääkäriliiton ohjeet (2013) <https://www.laakariliitto.fi/laakaran-tietopankki/kuinka-toimin-laakarina/sosiaalinen-media/> Viitattu 24.08.2019
- Niñiluoto I (2015) Kuuluuko tieteen ääni somessa? Duodecim. 131(3), 286-7. PDF-dokumentti. <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2015/3/duo12070> Viitattu 24.08.2019

- Nordfeldt S, Ängarne-Lindberg T & Berterö C (2012) To Use or Not to Use – Practitioners' Perceptions of an Open Web Portal for Young Patients With Diabetes. Journal of Medical Internet Research 14 (6), e154-e165.**
- Matikainen J & Huovila J (2017) Sosiaalinen media terveyden edistämässä. Duodecim. 133(10), 1003-7. PDF-dokumentti.
<https://www.duodecimlehti.fi/duo13732> Viitattu 24.08.2019
- McGowan B, Wasko M, Stewen B & Miller R (2014) Understanding the factors that influence the adoption and meaningful use of social media by physicians to share medical information. Journal of Medical Internet Research. 14 (5) e117 PDF-dokumentti. DOI: 10.2196/jmir.2138 Viitattu 26.08.2019
- Messenger (2019) <https://www.messenger.com/features> Viitattu 29.08.2019
- Mikkonen I (2009) Sairastuneen vertaistuki. Akateeminen Väitöskirja. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalipsykologian laitos. Kuopion yliopisto
- Miller & Bole (2010) Diagnosis blog: Checking up on health blogs in the blogosphere. American Journal of public health. 100(8), 1514-9. DOI:10.2105/AJPH.2009.175125
- MRC (2008) Developing and evaluating complex interventions: new guidance. PDF-dokumentti. www.mrc.ac.uk/complexinterventionsguidance Viitattu 01.09.2019
- Polit D & Beck C (2017) Nursing Research. Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice. Tenth Edition. Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Pölkki T, Kanste O, Elo S, Kääriäinen M & Kyngäs H (2012) Järjestelmällisten kirjallisuuskatsausten metodologinen laatu: katsaus kansainvälisiin ja kansallisiin hoitotieteen julkaisuihin vuodelta 2009-2010. Hoitotiede 24 (4), 335-348.
- Rajalahti N, Kallioinen O & Saranto K (2014) Hoitotyön tiedonhallinnan osaamisen kehittäminen terveydenhuollon organisaatioissa ja ammattikorkeakouluissa. Finnish Journal of eHealth and eWelfare. PDF-dokumentti.
<https://journal.fi/finjehew/article/view/48212/13999> Viitattu 18.8.2019
- Rhoades E (2011) Literature Reviews. The Volta Review. 111(3), 353-368. PDF-dokumentti.
<http://web.b.ebscohost.com/pc124152.oulu.fi:8080/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=ad906f7e-e79a-4e62-9aa4-b678dcbdb2a2%40pdv-sessmgr03> Viitattu 25.08.2019
- Reponen J, Kangas M, Hämäläinen P, Keränen N & Haverinen J (2018) Tieto- ja viestintäteknologian käyttö terveydenhuollossa vuonna 2017 -Tilanne ja kehityksen suunta. THL Raportti 5/2018. Oulun Yliopisto. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Sairaanhoitajaliitto. Sairaanhoitajien sosiaalisen median ohjeet.
<https://sairaanhoitajat.fi/jasenpalvelut/amatillinen-kehittyminen/sairaanhoitajien-sosiaalisen-median-ohjeet/> Viitattu 24.08.2019.
- Salminen A (2011) Mikä on kirjallisuuskatsaus? Johdatuskirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasa. Vaasan Yliopiston julkaisu.
- Sanguansak T, Morley K, Morley M, Thinkhamrop K, Thuanman J & Agarwal I (2017) Two-Way Social Media Messaging in Postoperative Cataract Surgical Patients: Prospective Interventional Study. J Med Internet Res 19 (12), e413-424**
- Smailhodzic E, Hooijsma W, Boonstra A & Langley D (2016) Social Media Use in He

- lathcare: A Systematic Review of Effects on Patients and on Their Relationship with Healthcare Professionals. BMC Health Services Research 16, 442.
- Snapchat (2019) <https://www.snapchat.com/l/fi-fi/> Viitattu 30.8.2019
- Stolt M, Axelin A & Suhonen R (2016) Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turun Yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuj tutkimuksia ja raportteja. Turku: Juvenes Print.
- Sosiaali- ja terveysministeriö (2016) Digitalisaatio terveyden ja hyvinvoinnin tukena. Sosiaali- ja terveysministeriön digitalisaatiolinjaukset 2025. STM julkaisu 2016:5. PDF-dokumentti. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3782-6> viitattu 18.8.2019
- Suomen virallinen tilasto (STV): Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö (2018) Liitetaulukko 12. Internetin käyttötarkoitusten yleisyys 2018, %-osuus väestöstä. Helsinki. Verkkojulkaisu. https://www.stat.fi/til/sutivi/2018/sutivi_2018_20181204_tau_012_fi.html Viitattu 18.8.2019.
- Terveyden ja hyvinvoinninlaitos (2019) THL-blogi. Tiedosta terveyttä ja hyvinvointia. <https://blogi.thl.fi/> Ei päivitystietoa. Viitattu 30.9.2019
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta (TENK)
- Torkkola S (2014) Muuttuva terveysviestintä, medioituvat terveydet ja sairaudet. Teoksessa Tautinen Media. Järvi Ulla (toim.) Riika: Livonia Print.
- Twitter (2019) <https://twitter.com/?lang=fi> Viitattu 30.8.2019
- Niela-Vilen H & Hamari L (2016) Kirjallisuuskatsauksen vaiheet. Teoksesta: Stolt M, Axelin A & Suhonen R (2016) Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä. Turku. Juvenes Print. 23-34.
- Van de Belt T, Engelen L, Berben S, Schoonhoven L (2010) Definition of Health 2.0 and Medicine 2.0: A Systematic Review. JMIR Publications 12(2), e18. DOI:10.2196/jmir.1350
- Van de Belt T, Berben S, Samsom M, Engelen L, Schoonhoven L (2012) Use of social media by western European hospitals: longitudinal study. Journal Internet Research 14(3), e61. PDF-dokumentti. DOI:10.2196/jmir.1992 Viitattu 27.08.2019
- Vuokko R & Tahvanainen R (2017) Palvelujärjestelmä – rajalliset resurssit oikeaan käyttöön.) Sosiaali- ja terveysministeriö. PDF-dokumentti. <https://stm.fi/rationalinen-laakehoito/tiedonhallinta/palvelujarjestelma> Viitattu 06.09.2019.
- Watson J (2012) The Rise of Blogs in Nursing Practise. Clinical Journal of Oncology Nursing. 16 (2), 215-217.
- Whatsapp (2019) <https://www.whatsapp.com/> Viitattu 29.08.2019
- Wolf D, Anton B & Wenskovitch J (2014) Promoting Health and Safety Virtually, Key Resommendations for Occupational Health Nurses Workplace health & Safety 62 (7), 302-306.
- Åkesson K, Saveman B & Nilsson G (2007) Health care consumers' experiences of informationcommunication technology -A summary of literature. International journal of medical informatics. 76(9), 633–645. DOI:10.1016/j.ijmedinf.2006.07.001

Kirjoittajat, julkaisuvuosi, tutkimuksen nimi, maa	Tutkimuksen tavoite	Tutkimusmenetelmä ja aineisto	Keskeiset tulokset
Benedictis A, Lettieri E, Masella C, Gastaldi L, Macchini G, Santu C & Tartaglini D (2019) WhatsApp in hospital? An empirical investigation of individual and organizational determinants to use. ITALIA	Arvioida miten yksilölliset ja organisatoriset tekijät voivat edistää tai estää WhatsAppin -sovelluksen käyttöä sairaalaympäristössä ja miten johtajat voivat ohjata ammattilaisten käyttöä.	Kokemusperäinen kyselytutkimus kyselylomake sairaanhoitajat n =125 lääkärit n=66 Tilastolliset analyysimenetelmät	Sääntelevillä tekijöillä (johdon asettamat säännöt) ei ole vaikutusta WhatsAppin käyttöön, kun taas normatiivisilla (kollegoiden ja potilaiden vaikutus) tekijöillä on WhatsAppin käyttöä lisäävä vaikutus. WhatsAppin käyttöön liittyen selkeät säännöt puuttuvat. Sairaanhoidajilla WhatsAppin käyttö vähäistä.
Bottorff J, Struik L, Bissell L, Graham R, Stevens J & Richardson (2014) A social media approach to inform youth about breast cancer and smoking: An exploratory descriptive study. AUSTRALIA	Kehittää kaksi YouTube -tyylistä videota ja antaa nuorten arvioida ne. Lisätä nuorten tyttöjen ja poikien tietoisuutta rintasyöpäriskin lisääntymisestä tupakoinnin seurauksena ja arvioida nuorten vastauksia videoihin ja heidän mahdollisuuksia osallistua sosiaalisen median alustoille.	Tutkiva, kuvaileva kyselytutkimus, kyselylomake murrosikäiset n= 135 Kuvailevat tilastolliset analyysimenetelmät	Viestimenetelmä oli kustannustehokas ja nuorille mieleinen tapa lisätä tietoisuutta tupakan altistumisen riskistä. Tulokset viittaavat siihen, että lähestymistavalla on potentiaalia nuorille suunnattuun terveyden edistämisen viestintään.
Deimazar G, Kahouei M, Rahmanian M, Motamednejad N & Mehrabi P (2018) Role of Social Networks in Raising the Level of Self-Care of Pregnant Women. IRAN	Esittää verkossa olevien sosiaalisten verkostojen merkitys raskaana olevien naisten omahoidon parantamiseksi.	Havainnollinen poikkileikkaustutkimus Raskaana olevat naiset n=404 Tilastollisesti kuvaava analyysi	Raskaana olevien naisten ja henkilökunnan (kättilöt ja lääkärit) välinen sähköinen viestintä sosiaalisen median välityksellä edellyttää tämän ryhmän sosiaalisen verkoston käytön edistämistä.
Helle C, Hillesund E, Wills A & Overby N (2019) Evaluation of an eHealth intervention aiming to promote healthy food habits from infancy –the Norwegian randomized controlled trial Early Food for Future Health. NORJA.	Arvioida (e-Health) terveydenhoidon vaikutuksia vanhempien ruokintakäytäntöihin ja pikkulasten syömis-käyttäytymiseen.	Satunnaistettu, kontrolloitu tutkimus Verkkopohjainen kysely Vanhemmat, joiden vauva 3-5kk n=718 Kuvailevat tilastolliset analyysimenetelmät	Tulokset osoittavat, että Internetpohjainen -interventio voi olla tarkoituksenmukainen, helposti saatavilla oleva ja kustannustehokas väline levittää tietoa vauvojen terveellisestä ravitsemuksesta norjalaisille äideille.

Labacher L & Mitchell C (2013) Talk or Text to Tell? How Young Adults in Canada and South Africa Prefer to Receive STI Results, Counseling, and Treatment Updates in a Wireless World. KANADA	Selvittää, miten opiskelijat mieluiten kommunikoiivat lääkärin ja hoitajien kanssa heidän seksuaaliterveyteen liittyvistä asioista. Lisäksi selvittävänä, miten sukupuoli ja asuinpaikka (lähiö vs. kaupunki) näkyy tuloksissa.	Kvantitatiivinen tutkimus kyselylomake Kasvatustieteen yliopisto-opiskelijat Kanadasta n=183 Kasvatustieteen yliopisto-opiskelijat Etelä-Afrikasta n=120 Tilastolliset analyysimenetelmät	Tulokset osoittavat, että nuoret aikuiset juttelivat seksuaaliterveydestään mieluiten kasvotusten.
Nordfeldt S, Ångarne-Lindberg T & Berterö C (2012) To Use or Not to Use - Practitioners' Perceptions of an Open Web Portal for Young Patients With Diabetes. RUOTSI.	Tutkia ammattilaisten näkemyksiä interaktiivisesta verkkoportaalista, joka on räätälöity tyypin 1 nuorten diabeteksen potilaiden ja heidän huoltajiensa tarpeisiin. Portaali tarjosi mm. keskustelupalstoja, blogi työkaluja, hoitotietoja, tutkimuspäivityksiä ja paikallisten ammattilaisten uutisia.	Kvalitatiivinen tutkimus esseevastaukset portaalin käytöstä lasten diabeteksen hoitoryhmässä työskentelevät ammattilaiset n= 18 Sisällönanalyysi	Löytyi 3 erilaista kategoriaa liittyen verkkosivuston olemassaoloon, toimintaan ja suunnitteluun. Pääsääntöisesti positiivista palautetta, koska sivusto edustaa näyttöön perustuvaa tietoa ja hyödyntää sekä ammattilaisia että potilaita. Webportaali on hyvä lisä täydentämään perinteistä hoitoa.
Sanguansak T, Morley K, Morley M, Thinkhamrop K, Thuanman J & Agarwal I (2017) Two-Way Social Media Messaging in Postoperative Cataract Surgical Patients: Prospective Interventional Study. THAIMAA	Tavoitteena oli selvittää kaksisuuntaisen sosiaalisen median viestinnän toteutettavuus ja tehokkuus muistutusten ja hoitotietojen toimittamiseksi kaihipotilaille.	Interventiotutkimus Kaihileikkaus potilaat, 1. leikkauksen jälkeen n=98 jaettiin kahteen ryhmään: toisille tavallinen hoito, toisille lisäksi sosiaalisen median kautta muistutuksia ja hoito-ohjeita. Tilastolliset analyysimenetelmät	Kaksisuuntainen sosiaalisen median viestintä välitys jälkietojen toimittamiseksi kaihipotilaille lisäsi varhaisesta lääkityksen noudattamista eli muistutuksista oli hyötyä.